

# Recommandations pour les épiceries

## Prévention de la COVID-19 dans les communautés du Nunavik en palier d'alerte rouge et orange

(Document mis à jour le 28 octobre 2021)

Avec l'apparition de variants de la COVID-19, qui sont potentiellement plus virulents et comportent un risque élevé de transmission, il est nécessaire d'introduire davantage de mesures afin de réduire le risque.

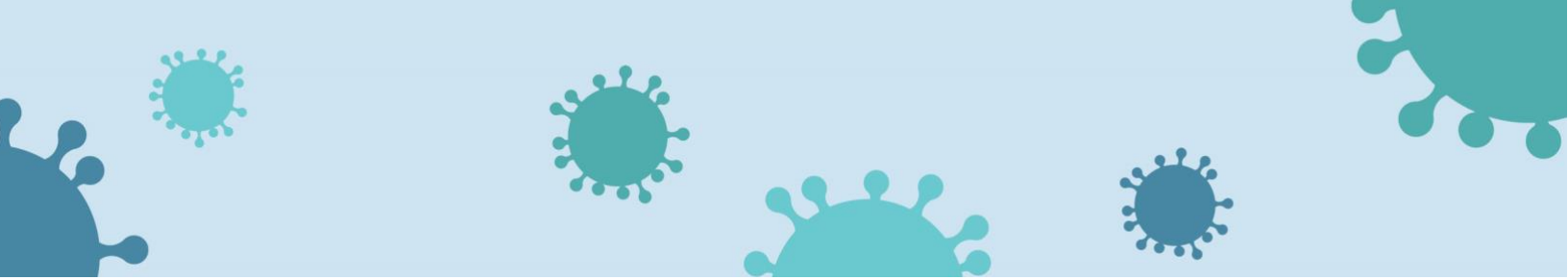
Ces mesures de prévention sont très importantes afin de ralentir la transmission du virus.

Rappel : le virus de la COVID-19 ne peut se propager sur les aliments et sa transmission par le vecteur des aliments est peu probable si les mesures d'hygiène adéquates sont respectées par vos employés. La COVID-19 se transmet principalement par :

- le contact étroit avec une personne infectée, quand cette personne tousse ou éternue à une distance de moins de deux mètres d'une autre personne ;
- le contact direct, comme par exemple toucher ou serrer la main d'une personne infectée et ensuite se toucher la bouche, le nez ou les yeux avant de se laver les mains ;
- le contact avec tout objet contaminé par une personne malade et ensuite se toucher la bouche, le nez ou les yeux avant de se laver les mains.

## Quoi faire pour se protéger contre ce virus

Voici quelques recommandations et exemples de mesures applicables aux entreprises alimentaires afin de protéger les clients et les employés contre ce virus :




## Employés ou clients symptomatiques

- Les employés ou clients symptomatiques (fièvre, toux inhabituelle, difficultés respiratoires, perte de l'odorat ou du goût, congestion nasale, mal à la gorge, fatigue inexplicée ou mal de tête) doivent s'isoler à la maison, appeler le CLSC/point de service ou la ligne Info-santé au 1-888-662-7482 et suivre les consignes.
- Relire la liste de symptômes avec les employés pour s'assurer qu'ils les reconnaissent.
- Les employés ou clients en quarantaine suite à un voyage à l'extérieur du Nunavik qui ont été en contact avec un cas positif de la COVID-19 ou qui ont la COVID-19 doivent également rester à la maison.

## Port du masque et distanciation physique

- Les employés doivent maintenir une distance d'au moins deux mètres (six pieds) des autres personnes. Tout contact direct (poignées de main, accolades) doit être évité. Assurez que les mesures de distanciation physique sont respectées lors des pauses et des repas (p. ex., éviter les rassemblements) et dans les aires communes.
- Les employés doivent porter un masque médical en tout temps à l'intérieur, peu importe la distance entre personnes. Notez que le masque médical doit être changé à tous les quatre heures ou lorsqu'il est mouillé, souillé ou endommagé.
- Encouragez les employés à prendre leurs pauses séparément afin d'assurer la distanciation physique.
- Les employés qui interagissent avec les autres à une distance de moins de deux mètres doivent utiliser une protection oculaire (lunettes de sécurité ou visière qui couvre le visage jusqu'au menton) en plus d'un masque, à moins d'avoir une barrière physique (p. ex., panneau de Plexiglas). Une caissière, par exemple, doit porter un masque en tout temps. Elle doit également utiliser une protection oculaire dans l'absence d'un panneau de Plexiglas qui la sépare des clients.
- Assurez la présence de consignes indiquant les règles à suivre pour la clientèle à l'entrée de l'entreprise :
  - Les clients âgés de 10 ans et plus doivent porter un masque ou un couvre-visage. Il est recommandé mais non obligatoire que les enfants âgés de deux à neuf ans portent un masque ou un couvre-



visage. Le port du masque ou du couvre-visage ne s'applique pas aux enfants en bas de deux ans ou aux personnes ayant des difficultés respiratoires ou qui sont incapables de l'enlever sans aide.

- Se laver les mains avant d'entrer.
- Garder une distance de deux mètres des autres personnes.
- Il doit avoir des lignes au plancher dans la zone des caisses pour encourager les clients à respecter la distanciation physique.
- Le nombre de clients présents en même temps dans l'entreprise doit se limiter à l'équivalent d'un client pour 20 mètres carrés (m<sup>2</sup>) (200 pieds carrés (pi<sup>2</sup>). Par exemple, une épicerie d'une surface de 15 000 pieds carrés pourrait accueillir jusqu'à 75 personnes en même temps. Les épiceries doivent indiquer le nombre autorisé de clients à l'entrée.
  - Afin de contrôler le nombre de clients présents, l'entreprise pourrait s'assurer que le nombre de chariots disponibles correspond au nombre autorisé de clients. Il faudrait demander à chaque client de prendre un chariot ou un panier à l'entrée, lequel devrait être désinfecté avant l'utilisation.

## Lavage des mains et hygiène respiratoire

- Des postes de lavage ou de désinfection de mains, munis d'essuie-tout jetables et de poubelles sans contact, devraient être aménagés pour les clients à l'entrée ainsi que pour les employés (caissières, ceux qui manipulent les aliments, etc.). Dans le cas de manque de désinfectant pour les mains à l'entrée, demandez aux clients de se laver les mains avec de l'eau et du savon dans un lavabo fonctionnel si possible.
- Les employés et ceux qui manipulent les aliments doivent se laver les mains souvent avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes.
- Rappelez aux employés souvent, surtout :
  - lors de l'arrivée et du départ, avant de manipuler et après avoir manipulé les aliments, les objets et les déchets, avant de signer et après avoir signé des documents, après les activités de nettoyage/désinfection, après avoir utilisé la toilette, après avoir éternué ou toussé, après s'être mouché, et après avoir mangé, bu ou fumé.
- Il n'est généralement pas recommandé de porter des gants. Les gants se contaminent comme les mains, et les gens qui en portent oublient souvent les règles d'hygiène de base. Le lavage des mains est préférable.

- Évitez de vous toucher le visage (nez, bouche et yeux). Soyez encore plus prudent si vous fumez.
- Toussez et éternuez dans le coude.

## Nettoyage et désinfection

- Désinfectez les zones très fréquentées et les surfaces fréquemment touchées (p. ex., poignées de porte et de réfrigérateur, comptoirs, caisses, terminaux de paiement, toilettes, chariots et paniers) au moins une fois par quart de travail et au besoin et après chaque utilisation (p. ex., téléphone).
- Désinfectez les chariots après chaque utilisation (ou assurez que les clients ont facilement accès aux produits désinfectant et essuie-tout à l'entrée).
- Désinfectez la zone des caisses souvent et au moins une fois par quart de travail.
- Gardez la cuisine propre en tout temps.

\*Les produits désinfectant ou lingettes jetables sont généralement efficaces contre la COVID-19. Lisez bien les indications sur le contenant. Une solution d'eau de javel (à une concentration de 4 cuillères à thé (20 mL) d'eau de javel dans 4 tasses (1 L) d'eau) est efficace comme désinfectant. Préparez une nouvelle solution chaque jour.

## Mesures de protection supplémentaires pour les employés et clients

- Désignez un employé à l'entrée et idéalement un autre dans l'entreprise pour veiller à ce que les clients suivent les consignes.
- Encouragez les clients à utiliser la fonction touche pour payer avec les cartes lorsque possible.
- Demandez aux clients de ne toucher que les items qu'ils veulent acheter et d'ensacher leurs propres achats.
- Évitez le libre-service (p. ex., pailles et ustensiles, postes de dessert ou de café).
- Pour les livraisons, laissez les commandes à la porte du client (sans entrer) et privilégiez le paiement par téléphone (carte de crédit ou débit).
- Assurez une ventilation suffisante, que ce soit naturel (fenêtres ouvertes) ou mécanique.

## Protection pour les personnes à risque

- Limitez l'accès des enfants.
- Les employés à risque tels les femmes enceintes et autres (p. ex., ceux avec une maladie chronique) devraient consulter un professionnel de la santé afin de déterminer s'ils peuvent continuer à travailler avec des précautions adéquates.
- Offrir la possibilité de commander les épicerie par téléphone, par courriel ou en ligne, avec livraison à domicile, pour les personnes en isolement ou en quarantaine et les personnes à risque (p. ex., les aînés, les personnes dont le système immunitaire est compromis).

Pour des informations générales sur la COVID-19, appelez le 1-888-662-7482, clavardez avec la page Facebook de la RRSSSN par *Messenger* ou consultez le site <https://nrbhss.ca/en/coronavirus>.

## Important

Ce document est un résumé des mesures sanitaires applicables aux épicerie dans un contexte de l'apparence de variants sous surveillance renforcée. L'employeur a la responsabilité de connaître et de s'assurer la conformité aux recommandations émises par l'INSPQ applicables à son secteur d'activité.

## Lien utile

Recommandations de l'INSPQ pour les épicerie et services essentiels (en français seulement) – le 28 septembre 2021 :  
<https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/covid/2926-commerces-covid19.pdf>

## Outils pertinents de la RRSSSN

Se protéger et protéger les autres (dépliant)  
[https://nrbhss.ca/sites/default/files/covid19/flyer\\_FR.pdf](https://nrbhss.ca/sites/default/files/covid19/flyer_FR.pdf)

Se protéger et protéger les autres (affiche)  
<https://nrbhss.ca/sites/default/files/covid19/poster11x17.pdf>